సాక్షి
జగిత్యాల
శనివారం । 11 । నవంబర్ । 2023

మీకు తెలుసా?

అభ్యర్థులు బస్సు చార్జీలకూ చేయిచాచే వారట!



మంథని: ఓటర్లను మచ్చిక చేసుకోవడం కోసం ప్రస్తుత అభ్యర్థులు తాయిలాలు ఆశ చూపుతున్నారు. కానీ, గతంలోని అభ్యర్థులు బస్సు చార్జీల కోసం ఓటర్ల వద్ద చేయిచాచేవారట. 1972లో మంథని అసెంబ్లీ నుంచి తెలంగాణ ప్రజా సమితి అభ్యర్థిగా పోటీ చేసిన ఈవీ పద్మనాభం ఇలాగే తమ నుంచి ఓట్లతోపాటు బస్సు చార్జీలు అభ్యర్థించేవారని ఓటర్లు గుర్తుచేసుకుంటున్నారు.

న్యూస్‌రీల్

నేడు ధర్మపురికి రేవంత్‌రెడ్డి రాక



ఏర్పాట్లను పరిశీలిస్తున్న అడ్లూరి, నాయకులు

ధర్మపురి: అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో భాగంగా టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు అనుముల రేవంత్‌రెడ్డి శనివారం ధర్మపురికి రానున్నారు. సాయంత్రం 4 గంటలకు హెలిప్యాడ్‌లో ధర్మపురికి చేరుకొని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో ప్రజలనుద్దేశించి ప్రసంగిస్తారు. ఈమేరకు సభ ఏర్పాట్లను శుక్రవారం ధర్మపురి అభ్యర్థి అడ్లూరి లక్ష్మణ్‌కుమార్ పరిశీలించారు. నియోజకవర్గంలోని వివిధ మండలాల నుంచి ప్రజలు, కార్యకర్తలను తరలించేందుకు ఏర్పాట్లు చేశారు. అలాగే ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్ ఆదేశాల మేరకు డీఎస్పీ రవీంద్ర కుమార్ ఆధ్వర్యంలో 100 మంది వరకు పోలీస్ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తున్నారు.

ఎన్నికల నియమావళికి లోబడి పనిచేయాలి



మాట్లాడుతున్న ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్

జగిత్యాలక్రైం: ఎన్నికల నియమావళికి లోబడి పనిచేయాలని ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్ అన్నారు. శుక్రవారం పోలీసు అధికారులు, సెక్టోరల్, ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్, ఎస్ఎస్‌టీ, ఎఫ్ఎస్‌టీ టీమ్స్, పోలీసు సిబ్బందికి లీగల్ అడ్వైజర్ ద్వారా ఎన్నికల్లో చేయాల్సిన చట్టాలు, తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై అవగాహన కల్పించారు. నిజామాబాద్ కమిషనరేట్ పోలీసులకు హైదరాబాద్ సిటీ పోలీసు లీగల్ అడ్వైజర్ శ్రీరాములు అవగాహన కల్పించారు. ఎన్నికల్లో అమలు చేయాల్సిన చట్టాలు, ఎక్సైజ్ యాక్ట్, సిటీ పోలీసు యాక్ట్ సహా నేరాలపై తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ, స్టాటిక్ సర్వైలెన్స్ బృందాలు, ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్ బృందాలు ప్రతి వాహనాన్ని ఎస్‌వోపీ ప్రకారం తనిఖీ చేయాలన్నారు.

జాతీయ పురస్కారానికి అంజనశ్రీ



రాయికల్(జగిత్యాల): తెలుగు వెలుగు సాహితి వేదిక జాతీయ పురస్కారానికి రాయికల్ మండలం రామాజీపేటకు చెందిన బొమ్మకంటి అంజనశ్రీ ఎంపికైనట్లు తెలుగు వెలుగు సాహితి వేదిక జాతీయ స్వచ్ఛంద సేవ సంస్థ వ్యవస్థాపక చైర్మన్ రాజ్‌కుమార్ తెలిపారు. డిసెంబర్ 10న ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ఎన్టీఆర్ జిల్లాలో నిర్వహించే కార్యక్రమంలో అవార్డు అందుకోనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా అంజనశ్రీని ప్రగతి హైస్కూల్ కరస్పాండెంట్ బాలె జయశ్రీ శేఖర్ తదితరులు అభినందించారు.

విధుల నుంచి తొలగింపు

జగిత్యాల: కాంట్రాక్ట్ పద్ధతిలో పార్ట్‌టైం ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌గా రాయికల్ మండలం మైతాపూర్ జెడ్పీ ఉన్నత పాఠశాలలో పని నిర్వహిస్తున్న దేవేందర్‌రెడ్డిని విధుల నుంచి తొలగించినట్లు డీఈవో జగన్మోహన్‌రెడ్డి తెలిపారు. ఎన్నికల సందర్భంగా భూపతిపూర్ గ్రామంలో ఓ రాజకీయ పార్టీ కార్యాలయ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో దేవేందర్‌రెడ్డి పాల్గొన్నట్లు నిరూపితమైందని, అతను ఎన్నికల మోడల్ కోడ్ ఆఫ్ కండక్ట్ నిబంధనలు అతిక్రమించినందున విధుల నుంచి తొలగించినట్లు డీఈవో పేర్కొన్నారు.

మనోళ్లూ సిరిమంతులే

- రూ.96.71 కోట్లతో నిజామాబాద్ ఎంపీదే అగ్రస్థానం
- తర్వాతి స్థానాల్లో పాడి కౌశిక్ రెడ్డి, కె.సంజయ్
- ఉమ్మడి జిల్లాలో అభ్యర్థుల ఆస్తుల వివరాలు వెల్లడి





సాక్షి ప్రతినిధి, కరీంనగర్: ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో నామినేషన్ల పర్వం పూర్తయింది. ఎన్నికల సంఘానికి అభ్యర్థులు తమ అఫిడవిట్లు అందజేశారు. జగిత్యాల, కరీంనగర్, పెద్దపల్లి, రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లాల నుంచి బీఆర్ఎస్, బీజేపీ, కాంగ్రెస్ పార్టీల అభ్యర్థులు ఎన్నికల అఫిడవిట్‌లలో వెల్లడించిన ఆస్తుల వివరాల ప్రకారం.. కోరుట్ల నుంచి పోటీ చేస్తున్న నిజామాబాద్ ఎంపీ ధర్మపురి అర్వింద్ రూ.96.71 కోట్లతో అగ్రస్థానంలో ఉన్నారు. తర్వాతి స్థానాల్లో హుజూరాబాద్ నుంచి పోటీ చేస్తోన్న బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి పాడి కౌశిక్ రెడ్డి, డాక్టర్ కె.సంజయ్ నిలిచారు.

ముగిసిన నామినేషన్లు..

12 నియోజకవర్గాల్లో మొత్తం 329 మంది బరిలో ఉన్నారు. వీరంతా 605 సెట్ల నామినేషన్లు దాఖలు చేశారు. గరిష్ఠంగా జగిత్యాలలో 58 మంది అభ్యర్థులు పోటీ పడుతూ.. 102 సెట్లతో అగ్రస్థానంలో ఉన్నారు. తర్వాతి స్థానంలో హుజూరాబాద్ నిలిచింది. చివరి స్థానంలో చొప్పదండి, ధర్మపురి ఉన్నాయి. నామినేషన్ల ప్రక్రియ ముగియడంతో అభ్యర్థులందరూ ఇక ప్రచారంపై దృష్టిసారించనున్నారు.

నియోజకవర్గాల వారీగా అభ్యర్థులు, నామినేషన్ల వివరాలు

నియోజకవర్గం	మొత్తం అభ్యర్థులు	నామినేషన్లు
కరీంనగర్	23	35
చొప్పదండి	18	37
మానకొండూర్	20	42
హుజూరాబాద్	33	62
సిరిసిల్ల	23	43
వేములవాడ	22	39
పెద్దపల్లి	30	59
రామగుండం	31	51
మంథని	28	48
జగిత్యాల	58	102
కోరుట్ల	25	50
ధర్మపురి	18	37
మొత్తం	329	605

కరీంనగర్:
గంగుల కమలాకర్: రూ.25.50 కోట్లు
బండి సంజయ్: రూ.42 లక్షలు

చొప్పదండి:
రవిశంకర్ రూ.1.7 కోట్లు
మేడిపల్లి సత్యం: రూ.2.10 కోట్లు
బొడిగె శోభ: రూ.1.78 కోట్లు

మానకొండూరు:
కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ: రూ.7.88 కోట్లు
రసమయి బాలకిషన్: రూ.2.63 కోట్లు
ఆరెపల్లి మోహన్: రూ.41.21 లక్షలు

హుజూరాబాద్:
పాడి కౌశిక్‌రెడ్డి: రూ.51.36 కోట్లు
వొడితెల ప్రణవ్: రూ.9.63 కోట్లు
ఈటల రాజేందర్: రూ.12.12 కోట్లు

సిరిసిల్ల:
కె.తారకరామారావు: రూ.11.34 కోట్లు
కేకే.మహేందర్‌రెడ్డి: రూ.8.36 కోట్లు
రాణీరుద్రమ: రూ.1.18 కోట్లు

వేములవాడ:
చల్మెడ లక్ష్మీనరసింహారావు : రూ.26.39 కోట్లు
చెన్నమనేని వికాస్‌రావు : రూ.7.01 కోట్లు
ఆది శ్రీనివాస్: రూ.1.14 కోట్లు

జగిత్యాల:
ఏలేటి జీవన్‌రెడ్డి : రూ.2.93 కోట్లు
డాక్టర్ సంజయ్: రూ.11.09 కోట్లు
భోగ శ్రావణి: రూ.49.13 లక్షలు

కోరుట్ల:
ధర్మపురి అర్వింద్: రూ.96.71 కోట్లు
కల్వకుంట్ల సంజయ్: రూ.40.44 కోట్లు
జువ్వాడి నర్సింగరావు: రూ.15.13 కోట్లు

ధర్మపురి:
కొప్పుల ఈశ్వర్ : రూ.1.06 కోట్లు
అడ్లూరి లక్ష్మణ్‌కుమార్ : రూ.12 లక్షలు

పెద్దపల్లి:
దాసరి మనోహర్‌రెడ్డి: రూ.32.72 కోట్లు
విజయరమణారావు: రూ1.16 కోట్లు
దుగ్యాల ప్రదీప్‌రావు: రూ.1.09 కోట్లు

మంథని:
దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబు : రూ.3.17 కోట్లు
పుట్ట మధుకర్ : రూ.1.04 కోట్లు
సునీల్‌రెడ్డి : రూ.3.89 కోట్లు

రామగుండం:
కోరుకంటి చందర్ : రూ.46.29 లక్షలు
రాజ్‌ఠాకూర్ మక్కాన్‌సింగ్: రూ.1.16 కోట్లు
కందుల సంధ్యారాణి : రూ.11.65 లక్షలు

మైనార్టీలకు అండగా ఉంటా



మైనార్టీలను ఓట్లు అభ్యర్థిస్తున్న ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్

- జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్

జగిత్యాల: మరోసారి అవకాశం ఇవ్వండి.. అభివృద్ధి చేసి చూపిస్తా, ఇప్పటికే జగిత్యాలను వందరెట్లు అభివృద్ధి చేసుకోవడం జరిగిందని జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం పురాణిపేట, జమామసీదు ప్రాంతాల్లో మోటరు సైకిల్‌పై పర్యటించారు. మైనార్టీలకు ప్రభుత్వం ఎప్పుడూ అండగా ఉంటుందని, ప్రభుత్వం చేపట్టిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలను ప్రజలకు వివరిస్తూ ఓటు వేయాలని కోరారు.

ప్రచారంలో కుటుంబ సభ్యులు

ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్‌కు మద్దతుగా కుటుంబ సభ్యులంతా ప్రచారంలో పాల్గొంటున్నారు. ప్రతి ఒక్కరిని కలుస్తూ అభివృద్ధి గురించి వివరిస్తున్నారు. నియోజకవర్గంలో కొన్ని చోట్ల ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్ తిరుగగా, మరికొన్ని వార్డుల్లో అతని సతీమణి రాధిక, కుమార్తె హార్దిక ప్రచారం చేపడుతున్నారు. అభివృద్ధి, ప్రభుత్వ పథకాలను సైతం ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్తూ తమదైన ముద్ర వేస్తున్నారు.

లచ్చక్కపేటలో..

సారంగాపూర్(జగిత్యాల): మండలంలోని లచ్చక్కపేట గ్రామంలో ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్ సతీమణి రాధిక, జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ దావ వసంత, ఎంపీపీ కోల జమున ప్రచారం నిర్వహించారు. సంజయ్‌కుమార్‌కు ఓటు వేసి గెలిపించాలని, బీఆర్ఎస్ అధికారంలోకి వస్తే రాష్ట్రంలో మూడోసారి ప్రభుత్వం ఎలాంటి కార్యక్రమాలు చేపడుతుందన్న విషయాన్ని ఓటర్లకు వివరిస్తూ ప్రచార కరపత్రాలను అందజేశారు. వారి వెంట సర్పంచ్ రమణారావు, దామోదర్‌రావు తదితరులు ఉన్నారు.



ఓటు అభ్యర్థిస్తున్న ఎమ్మెల్యే కూతురు



లచ్చక్కపేటలో ప్రచారం నిర్వహిస్తున్న ఎమ్మెల్యే సతీమణి రాధిక, జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ వసంత

ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా జరిగేలా చూడాలి



ధర్మపురిలో ఏర్పాట్లను పరిశీలిస్తున్న బసవ రాజేంద్ర

ధర్మపురి: ఎన్నికల నియమావళి పాటించాలని ధర్మపురి నియోజకవర్గ సాధారణ పరిశీలకుడు బసవ రాజేంద్ర ఆదేశించారు. శుక్రవారం ధర్మపురి శ్రీలక్ష్మీ నృసింహస్వామి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. దేవస్థానం వారు సంప్రదాయ రీతుల్లో స్వాగతం పలికి స్వామివారి శేషవస్త్రం, ప్రసాదం అందజేశారు. అనంతరం ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో ఏర్పాటు చేసిన ఈవీఎం, స్ట్రాంగ్ రూంలతో పాటు డిస్ట్రిబ్యూషన్ సెంటర్లు, పోలింగ్ కేంద్రాలను పరిశీలించారు. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, ఈనెల 30న శాసనసభ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా జరిగేలా చూడాలని సూచించారు. ఈవీఎం, స్ట్రాంగ్‌రూం, డిస్ట్రిబ్యూషన్ సెంటర్ల వద్ద నిరంతరం పోలీస్ బందోబస్తు కొనసాగించాలని ఆదేశించారు. పోలింగ్ కేంద్రాల్లో సకల సౌకర్యాలు కల్పించాలని, శాంతిభద్రతల నిర్వాహణ బాధ్యతలు సక్రమంగా ఉండేలా చూసుకోవాలన్నారు. నియోజకవర్గంలోని ప్రతి పోలింగ్ కేంద్రంలో సీసీ కెమెరాలు, ర్యాంపులు, తాగునీరు తదితర వసతులు కల్పించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారి దివాకర తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సెల్‌ఫోన్ ద్వారా ఫిర్యాదు చేయొచ్చు

జగిత్యాల: ఎన్నికలకు సంబంధించి సెల్‌ఫోన్ ద్వారా ఫిర్యాదులు చేయవచ్చని ఎన్నికల సాధారణ పరిశీలకుడు బసవ రాజేంద్ర అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన మాట్లాడుతూ, జగిత్యాల, ధర్మపురి నియోజకవర్గాల్లోని ప్రజలు 77801 39582 నంబర్‌కు ఎన్నికల ఫిర్యాదులు చేయాలని వెంటనే పరిష్కరిస్తామని పేర్కొన్నారు.

వేతన జీవో అమలు చేయాలి

- కష్టాలు తీర్చాలి.. డిమాండ్లు నెరవేర్చాలి
- నెలంతా పని కల్పించాలి
- 'సాక్షి' పీపుల్స్ ఎజెండాలో బీడీ కార్మికులు

సాక్షి పీపుల్స్ ఎజెండా

కోరుట్ల: జిల్లాలోని జగిత్యాల, కోరుట్ల, ధర్మపురి అసెంబ్లీ సెగ్మెంట్లలో బీడీ కార్మికుల ఓట్లు కీలకం. సుమారు 1.60 లక్షల మంది బీడీ కార్మికులు జిల్లాలో ఉండగా ప్రతీసారి వీరి ఓట్లు సాధించడానికి పార్టీలు తపనపడుతుంటాయి. కానీ తమ కష్టాలు తీర్చే వారు కరువయ్యారని కార్మికులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కనీస వేతనం సమస్య, పీఎఫ్ ఉన్నవారందరికి జీవన భృతి రాకపోవడం, ఆకు తంబాకు సమస్య, ఈఎస్ఐ ఆసుపత్రులు, కార్మికుల పిల్లలకు స్కాలర్‌షిప్‌లు అందకపోవడం, గృహలక్ష్మిలో తమకు ప్రాధాన్యం దక్కకపోవడం, బీడీ కంపెనీలు కనీస వసతులు కల్పించకపోవడం వంటి సమస్యలపై పోరాటాలు సాగుతూనే ఉన్నాయి. ఈ సారి ఎన్నికల సందర్భంగా కార్మికుల కష్టాలు, వారి అజెండాపై బీడీ కార్మికుల అభిప్రాయాలు..



మజూరి పెంచాలి



బీడీ కార్మికులకు మజూరి పెంచాలి. ఇప్పుడు వెయ్యి బీడీలు చుడితే రూ.232 వస్తాయ్. కంపెనీల నుంచి ఆకు తంబాకు మంచిగా లేకపోతే మేమే కొనుక్కుని బీడీలు చేస్తున్నం. అప్పట్లో కార్మిక సంఘాల నాయకులతో కలిసి ఉద్యమాలు చేసినా వేతనాలు పెరగలేదు. అన్ని సరుకుల ధరలు పెరిగితే మా వేతనాలు ఎందుకు పెంచరు.

– సంధ్యారాణి, కోరుట్ల

పెద్ద దవాఖానాలు లేవు



కోరుట్లలో బీడీ కార్మికుల దవాఖానా ఉన్నది. కానీ ఇంకా పూర్తిగా మందులు, పరీక్షలు చేసేందుకు కాంపౌండర్లు లేరు. అన్ని రకాల మందులు దొరకతలేవు. బీడీ కార్మికులకు సెంట్రల్ గవర్నమెంటోళ్లు పెద్ద పెద్ద దవాఖానాలు పెడ్తమన్నరు. కానీ మా దగ్గరైతే లేవు. పొద్దంతా బీడీలు చేసి చేసి రోగాలు వస్తే ప్రైవేటు దవాఖానాకు పోయి పైసలు ఖర్చు పెట్టుడు తప్పుతలేదు.

– విజయ, కోరుట్ల

బీడీ పింఛన్ వస్తలేదు



పీఎఫ్ కటాఫ్ తేదీ పెట్టిండ్రు. అప్పటికి నాకు పీఎఫ్ లేకుండే, బీడీ పింఛన్ వస్తలేదు. మస్తుసార్ల దరఖాస్తు చేసుకున్న కానీ ఇప్పటికీ రాలేదు. ఈ సారి ఎన్నికలు కాగానే పీఎఫ్ ఉన్నవారందరికీ బీడీ పింఛన్ వస్తదని అంటున్నరు. కానీ నమ్మకం లేకుండా పోయింది. నా లెక్క చాలా మంది ఉన్నరు. ఈ సారైనా సర్కార్ బీడీ పింఛన్ ఇస్తదో లేదో చూడాలే.

– గోపు సత్తమ్మ, కోరుట్ల

స్కాలర్‌షిప్ వస్తలేవు



బీడీ కార్మికుల పిల్లలకు ఏటా స్కాలర్‌షిప్‌లు వస్తయని అంటరు. ఆన్‌లైన్ పిల్లలను దరఖాస్తు చేసుకొమ్మంటున్నరు. కానీ మస్తు రోజుల నుంచి మా పిల్లలకు స్కాలర్‌షిప్‌లు వస్తలేవు. ఎందుకు వస్తలేవో అడిగితే ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదు. ఇంతకు ముందు బీడీలు చేసేటోళ్ల పిల్లలకు మంచిగా స్కాలర్‌షిప్‌లు వస్తుండే. ఐదారేళ్ల నుంచి సరిగా వస్తలేవు.

– నేరెళ్ల సుజాత, కోరుట్ల

ఇండ్ల లోన్లు ఇవ్వడం లేదు



బీడీ కార్మికులు ఇండ్లు కట్టుకుంటే లోన్లు ఇస్తమని ఇంతకు ముందు బీడీ దవాఖానాలో దరఖాస్తులు తీసుకున్నరు. ఇప్పటి వరకు ఎవరికీ లోన్లు రాలేదు. పొద్దస్తమానం కష్టపడుతున్న మాకు ఇప్పటికైనా గృహలక్ష్మి రుణాల్లో ప్రాధాన్యత ఇచ్చి ఆదుకోవాలి.

– మమత, కోరుట్ల

పని దొరుకుతలేదు



బీడీలు చేసేటోళ్లకు నెలంతా పని దొరుకుతలేదు. కంపెనీలు పదిహేను ఇరవై రోజులు మాత్రమే ఆకు తంబాకు ఇస్తున్నయ్. మాకు బీడీలు చేయడం తప్ప ఇంకో పని రాకపోయే. నెలంతా పని దొరికేలా చేయాలి.

– మంచికట్ల భూమక్క, కోరుట్ల

డిమాండ్లు నెరవేర్చాలి



బీడీ కార్మికుల డిమాండ్ల సాధనకు ఎన్నో ఉద్యమాలు చేస్తున్నాం. కనీస వేతన జీవో ఇప్పటికీ అమలుకాలేదు. రూ.300–400 కనీస వేతనం ఉండాలి. ప్యాకింగ్ కార్మికులకు జీవనభృతి ఇస్తామన్నరు. ఇంకా అమలు కాలేదు. ప్రతీ ఎన్నికల్లో బీడీ కార్మికుల ఓట్లు దండుకోవడంపై దృష్టి పెడుతున్న పార్టీలు ఆ తరువాత వారి డిమాండ్లను పరిశీలించి పరిష్కరించడం లేదు. డిమాండ్లు నెరవేర్చకుంటే ముందు ఉద్యమాలు తీవ్రం చేస్తాం.

– చింత భూమేశ్వర్, తెలంగాణ ప్రగతిశీల బీడీ వర్కర్స్ యూనియన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు

విపక్షాల దుష్ప్రచారం నమ్మొద్దు



యువకులను పార్టీలోకి ఆహ్వానిస్తున్న ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి సంజయ్‌కుమార్

- బీఆర్ఎస్ కోరుట్ల ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి సంజయ్‌కుమార్

మల్లాపూర్(కోరుట్ల): సంక్షేమ పథకాల అమలులో రాష్ట్రాన్ని దేశానికే ఆదర్శంగా నిలిపిన సీఎం కేసీఆర్, బీఆర్ఎస్‌పై విపక్షాల దుష్ప్రచారాన్ని ప్రజలు నమ్మొద్దని బీఆర్ఎస్ కోరుట్ల ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి డాక్టర్ కల్వకుంట్ల సంజయ్‌కుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం మల్లాపూర్ మండలం చిట్టాపూర్‌కు చెందిన యువకులు బీఆర్ఎస్‌లో చేరగా, పార్టీ కండువా కప్పి ఆహ్వానించారు. నియోజకవర్గాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేసేందుకు భారీ మెజార్టీతో గెలుపించాలని కోరారు. ప్యాక్స్ చైర్మన్ నేరేళ్ల మోహన్‌రెడ్డి, ఎంపీటీసీ మైస లక్ష్మి, రైతుబంధు కమిటీ కన్వీనర్ నూతుల లక్ష్మీనారాయణ, నాయకులు పాల్గొన్నారు. అలాగే జెడ్పీటీసీ సందిరెడ్డి శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, బీఆర్ఎస్ మండల అధ్యక్షుడు తోట శ్రీనివాస్ రేగుంట, సాతారం గ్రామాల్లో సంజయ్‌కుమార్‌కు మద్దతుగా ప్రచారం నిర్వహించారు.

ఇబ్రహీంపట్నం(కోరుట్ల): కోరుట్ల ఎమ్మెల్యేగా డాక్టర్ సంజయ్‌ను గెలిపించాలని మండలంలోని వేములకుర్తిలో నాయకులు ప్రచారం నిర్వహించారు. ముదిరాజ్ కులానికి చెందిన 300 మంది సంజయ్‌ను గెలిపిస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు. ఎంపీపీ భీమేశ్వరి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఎస్‌తోనే మైనార్టీల అభివృద్ధి

కోరుట్ల: మైనార్టీల అభివృద్ధి బీఆర్ఎస్‌తోనే సాధ్యమని నాయకులు పేర్కొన్నారు. పట్టణంలోని 16వ వార్డులో కౌన్సిలర్ బలిజ పద్మరాజరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో మజీద్ వద్ద ప్రచారం నిర్వహించారు.



మహిళల మద్దతు కోరుతున్న విద్యాసాగర్‌రావు

అయిలాపూర్‌లో ఎమ్మెల్యే ప్రచారం

కోరుట్లరూరల్: మండలంలోని అయిలాపూర్‌లో ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల విద్యాసాగర్‌రావు ప్రచారం నిర్వహించారు. గంగపుత్ర, పద్మశాలీ, యాదవ, మాల, మహిళా సంఘాల సభ్యులను కలిసి తన కుమారుడు సంజయ్‌కు మద్దతు ఇవ్వాలని కోరారు. ఆర్‌బీఎస్ జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి వెంకట్రావు, జెడ్పీటీసీ లావణ్య, ఎంపీపీ తోట నారాయణ పాల్గొన్నారు.

రూ.4,016 పింఛన్ ఇస్తున్న ఘనత కేసీఆర్‌దే

మెట్‌పల్లి(కోరుట్ల): వికలాంగులకు ప్రతినెలా రూ.4,016 పెన్షన్ ఇస్తున్న ఘనత సీఎం కేసీఆర్‌కే దక్కుతోందని రాష్ట్ర వికలాంగుల కార్పొరేషన్ చైర్మన్ వాసుదేవరెడ్డి అన్నారు. పట్టణంలోని ఓ గార్డెన్‌లో శుక్రవారం దివ్యాంగుల ఆశీర్వాద సభలో కోరుట్ల బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి కల్వకుంట్ల సంజయ్‌తో కలిసి పాల్గొన్నారు. బీఆర్ఎస్‌కు సంపూర్ణ మద్దతు తెలిపి, సంజయ్‌ని గెలిపించాలని కోరారు.

క్లుప్తంగా

వేంకటేశ్వరస్వామికి క్షీరాభిషేకం



ధర్మపురి: ధర్మపురి శ్రీలక్ష్మీనృసింహస్వామి అనుబంధ వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయంలో శుక్రవారం స్వామివారికి క్షీరాభిషేకం నిర్వహించారు. స్వామివారిని రంగురంగుల పూలతో అలంకరించారు. అర్చకుడు శ్రీనివాసచార్యులు ప్రత్యేక పూజలు చేసి ఆలయ ప్రాంగణంలో లక్ష్మీహవన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

ఎన్నికల పోలీసు పరిశీలకుడిగా వివేకానందసింగ్



వివేకానందసింగ్‌కు పుష్పగుచ్ఛం అందజేస్తున్న ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్

జగిత్యాలక్రైం: ఎన్నికల పోలీసు పరిశీలకుడిగా వివేకానందసింగ్ శుక్రవారం జగిత్యాలకు రాగా, పోలీసు గెస్ట్‌హౌస్‌లో ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్ పుష్పగుచ్ఛం అందజేసి స్వాగతం పలికారు. ఈసందర్భంగా వివేకానందసింగ్‌కు జిల్లాలో ఎన్నికల నిర్వహణలో భాగంగా బందోబస్తు ఏర్పాట్లు, బార్డర్ చెక్‌పోస్టుల్లో వాహనాల తనిఖీలు, అక్రమ రవాణా చేస్తున్న నగదు, విలువైన వస్తువులు, మద్యం స్వాధీనం, సమస్యాత్మక ప్రాంతాల్లో తీసుకుంటున్న చర్యలపై ఎస్పీ వివరించారు. పారదర్శక ఎన్నికల నిర్వహణకు ప్రజలు నేరుగా ఎన్నికలకు సంబంధించి ఫిర్యాదులను 63020 68249 నంబర్‌కు చేయవచ్చని పేర్కొన్నారు. అనంతరం ఎన్నికల సాధారణ పరిశీలకులు బసవ రాజేంద్ర, రాజీవ్‌రంజన్ మీనాకు ఎస్పీ సన్‌ప్రీత్‌సింగ్ స్వాగతం పలికి పుష్పగుచ్ఛం అందజేశారు.

నాసిరకం టపాసులపై చర్యలు తీసుకోవాలి

సిరిసిల్లటౌన్: మార్కెట్‌లో విక్రయిస్తున్న నాసిరకం టపాసులపై చట్టరీత్యా చర్యలు తీసుకోవాలని లోక్ అదాలత్ సభ్యుడు ఆడెపు వేణు కోరారు. ఈమేరకు శుక్రవారం సిరిసిల్ల లీగల్ మెట్రాలజీ అధికారికి ఫిర్యాదు చేసి మీడియాతో మాట్లాడారు. సిరిసిల్లలో దీపావళి సందర్భంగా విక్రయిస్తున్న టపాసులపై ఎమ్మార్పీ, తయారీ ప్రదేశం, కంపెనీ వివరాలు ఉండడం లేదన్నారు. వాటిని కాల్చేక్రమంలో సరిగ్గా పేలడం లేదన్నార. గతేడాది నాణ్యత లేని, అనుమతుల్లేకుండా తయారైన టపాసులతో చాలా మంది అసౌకర్యానికి గురయ్యారని తెలిపారు. అలాంటి ఉత్పత్తులను విక్రయించకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు.

తండాలపై ఎక్సైజ్ దాడులు

ఎల్లారెడ్డిపేట(సిరిసిల్ల): మండలంలోని రాచర్ల గుండారం శివారులోని పోచమ్మ, కిందితండాలలో నాటుసారా స్థావరాలపై శుక్రవారం ఎక్సైజ్ అధికారులు దాడులు చేశారు. సీఐ ఎంపీఆర్ చంద్రశేఖర్ తెలిపిన వివరాలు. ఎన్నికల నియమావళిని దృష్టిలో పెట్టుకొని నిత్యం నాటుసారా తయారీ, విక్రయాలపై దృష్టి సారిస్తున్నట్లు తెలిపారు. తండాలపై దాడులు చేసి నాటుసారా తయారీ కోసం నిల్వ చేసిన 200 లీటర్ల బెల్లం పానకాన్ని ధ్వంసం చేసినట్లు వివరించారు. నిందితులు పరారీలో ఉండగా కేసు నమోదు చేసినట్లు చెప్పారు. బెల్లం విక్రయాలు, నాటుసారా తయారీపై నిఘా ఉంచినట్లు తెలిపారు. దాడుల్లో సిబ్బంది రాజు, రాజేందర్, కిశోర్‌కుమార్, మల్లేశం, అమృతారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాజన్న సేవలో ఐఏఎస్ అధికారి

వేములవాడ: వేములవాడ రాజన్నను హుజూరాబాద్, మానకొండూర్ నియోజకవర్గాల జనరల్ అబ్జర్వర్ ఎం.ఆర్.రవికుమార్(ఐఏఎస్) శుక్రవారం దర్శించుకున్నారు. ఆలయ అధికారులు ఆయనకు ప్రత్యేక దర్శనం అవకాశం కల్పించారు. నాగిరెడ్డి మండపంలో అర్చకులు ఆశీర్వదించి ప్రసాదాలు అందజేశారు.

పంటల్లో చీడపీడలు

- నిర్లక్ష్యం చేస్తే పంటలు దెబ్బతినే అవకాశం
- యాజమాన్య పద్ధతులతో మేలు



వరి పంట పరిశీలిస్తున్న వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు

మల్లాపూర్: ఖరీఫ్‌లో పంటలు సాగు చేస్తున్న రైతులు వ్యవసాయ అధికారుల సలహాలు పాటిస్తే తెగుళ్ల నివారణ సులభమవుతుందని కోరుట్ల ఏడీఏ లావణ్య తెలిపారు. పంటలను ఆశించిన చీడపీడల నివారణలో సత్వర చర్యలు తీసుకొని తగిన యాజమాన్య పద్ధతులు పాటిస్తేనే మేలు చేకూరుతుందన్నారు. ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించినా పంటలు దెబ్బతినే అవకాశాలున్నాయని, వరి, పత్తి, కంది తదితర పంటల్లో అనుసరించాల్సిన యాజమన్య పద్ధతులు, చీడపీడల నివారణ చర్యలపై వివరించారు.

వరిలో తెగుళ్లు.. నివారణ చర్యలు

ప్రసుత్తం వరి చిరు పొట్ట దశ నుంచి కంకి దశలోకి మారుతోంది. ఈ సమయంలో కాండం తొలిచే పురుగు ఆశించే అవకాశాలున్నాయి. దీని నివారణకు కార్ట్ అఫ్ హైడ్రోక్లోరైడ్ 2గ్రాములు లేదా క్లోరంత్రానిలిప్రోల్ 0.3 మిల్లీ లీటర్ల చొప్పున లీటర్ నీటిలో కలిపి పిచికారీ చేయాలి. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో వరిలో మానుపుండు /కాటుక తెగులు ఆశించే అవకాశాలు అధికంగా ఉన్నాయి. దీని నివారణకు కార్బండిజమ్ ఒక గ్రాము లేదా ప్రోపికోనజోల్ ఒక మిల్లీ లీటర్ నీటిలో కలిపి ఏడు రోజుల వ్యవధిలో పిచికారీ చేయాలి. వరికి ఆకుముడుత తెగులు సోకడానికి ఇది అనుకూల సమయం. దీని నివారణకు 1.5 గ్రాముల ఎఫిసెట్ లేదా రెండు గ్రాముల కార్టఫ్ హైడ్రో క్లోరైడ్ మందును లీటర్ నీటిలో కలిపి పిచికారీ చేస్తే ప్రయోజనముంటుంది. బ్యాక్టీరియా, ఎండాకు తెగులు కూడా వరికి ఆశించే అవకాశాలున్నాయి. నివారణకు 30 గ్రాముల ప్లాంట్‌మైసిన్ మందును లీటర్ నీటిలో కలిపి వారం వ్యవధిలో రెండుసార్లు పిచికారీ చేయాలి. ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితుల ప్రభావంతో ఉల్లికోడు ఆశించే అవకాశమున్నందున పురుగు ఉధృతిని ఎప్పటికప్పుడు గమనిస్తూ తగిన యాజమాన్య పద్ధతులు పాటించాలి.

పత్తిలో నివారణ చర్యలు

పత్తి పంటలో గూడు, పూత రాలడానికి ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితులు అనుకూలం. నివారణకు రెండు మిల్లీ లీటర్ల ప్లానోఫిక్స్ మందును 10 లీటర్ల నీటిలో కలిపి 10 రోజుల వ్యవధిలో రెండు సార్లు పిచికారీ చేయాలి. పత్తిలో ప్రధానంగా గులాబీ రంగు కాయ తొలిచే పురుగు ఆశించే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి. అరికట్టడానికి మొదటి దశలో ఎకరాకు నాలుగు లింగాకర్షక బుట్టలు వాడి పురుగు ఉధృతిని గమనించాలి. ఉధృతి అధికంగా ఉంటే క్వినాల్ ఫాస్ 20 శాతం, ఏఎఫ్ రెండు మిల్లీ లీటర్లు లేదా థయోడికార్బ్ 75 శాతం, డబ్ల్యూపీ 2గ్రాములు లీటర్ నీటిలో కలిపి పిచికారీ చేస్తే సత్ఫలితాలుంటాయి.

కంది..

ఖరీఫ్‌లో సాగు చేసే కంది పంటకు ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితుల ప్రభావంతో ఆకు చుట్టు పురుగు ఆశించే ఆవకాశముంది. పంటలో ఎక్కడైనా పురుగును గమనిస్తే.. 2.5 ఎంఎల్ క్లోరోఫైరిఫాస్ మందును లీటర్ నీటిలో కలిపి పంటపై పిచికారీ చేయాలి.

యాజమాన్య పద్ధతులు పాటించాలి



వరి, పత్తి, కంది పంట సాగులో తెగుళ్ల నివారణకు యాజమాన్య పద్ధతులు పాటించాలి. ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించినా పంటలు దెబ్బతింటాయి. రైతులు వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల సలహాలు, సూచనలు పాటించాలి.

– లావణ్య, జిల్లా సహాయ వ్యవసాయ అధికారి, కోరుట్ల

రాష్ట్రస్థాయి కళోత్సవాలకు రామన్నపేట విద్యార్థులు



ఎంపికైన విద్యార్థులు

మల్యాల(చొప్పదండి): మండలంలోని రామన్నపేట జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకు చెందిన చిత్ర నిఖిల్, పెంచాల రక్షిత, భూమల్ల మావ్య రాష్ట్రస్థాయి కళోత్సవాలకు ఎంపికై నట్లు ప్రధానోపాధ్యాయుడు గడ్డం రాజగోవిందరెడ్డి తెలిపారు. ఇటీవల జిల్లాస్థాయి సమగ్ర శిక్ష కళోత్సవాల పోటీల్లో పాల్గొని ప్రథమ స్థానంలో నిలిచి రాష్ట్రస్థాయికి ఎంపికయ్యారు. ఈ నెల 15న రాష్ట్రస్థాయి పోటీల్లో పాల్గొంటారని పేర్కొన్నారు. ఈసందర్భంగా విద్యార్థులను ఉపాధ్యాయుడు జాజాల ఎల్లయ్య, పీఈటీ విద్యాసాగర్, ఎస్ఎంసీ చైర్మన్ రవి అభినందించారు.

న్యూట్రిషన్ ఫుడ్ తీసుకోవాలి

జగిత్యాల: చిన్నారులు న్యూట్రిషన్ ఫుడ్ తీసుకోవాలని జిల్లా సంక్షేమాధికారి భాస్కర్ అన్నారు. బాలసదనంలో శుక్రవారం బాలల హక్కుల వారోత్సవాల కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, చిన్నారులు వారి హక్కుల గురించి తెలుసుకోవాలని, ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. బాలురతో పాటు, బాలికలకు సైతం సమాన హక్కులుంటాయని, వారి హక్కులకు భంగం వాటించేలా చర్యలు చేపడితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో పరిరక్షణాధికారి హరీశ్, పీవోఐసీ కరుణశ్రీ, వీరలక్ష్మి పాల్గొన్నారు.

జాతీయ స్థాయికి ఎంపికవ్వాలి

- డీఈవో రమేశ్



విద్యార్థులతో డీఈవో రమేశ్

సిరిసిల్లఎడ్యుకేషన్: సిరిసిల్ల పట్టణంలోని సినారె కళామందిరంలో నిర్వహిస్తున్న కళా ఉత్సవ్ 2023 పోటీల్లో ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థులను రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు ఎంపిక చేశారు. ప్రతిభ చూపిన విద్యార్థులకు ప్రశంస పత్రాలను జిల్లా విద్యాధికారి రమేశ్ అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు జిల్లాస్థాయి నుంచి రాష్ట్రస్థాయికి ఎంపికవడం అభినందనీయమని, జాతీయస్థాయికి ఎంపికై అక్కడ విజయం సాధించాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ పోటీల్లో దాదాపు 50 మంది విద్యార్థులు వివిధ విభాగాల్లో వారి కళా నైపుణ్యాలను ప్రదర్శించగా.. ప్రథమ స్థానంలో నిలిచిన వారిని రాష్ట్రస్థాయికి ఎంపిక చేశారు. జానపద గాత్రంలో జెడ్పీహెచ్ఎస్ శివనగర్ విద్యార్థి కె.రిత్విక్, బాలికల విభాగంలో టీఎస్‌డబ్ల్యూఆర్ఎస్‌జేసీ బదెనపల్లికి చెందిన బి.స్వాతి, జానపద నృత్యం జెడ్పీహెచ్ఎస్ శివనగర్‌కు చెందిన వి.శ్రీకాంత్, బాలికల విభాగంలో టీఎస్‌డబ్ల్యూఆర్ఎస్‌జేసీ బదెనపల్లికి చెందిన బి.అనన్య, 2డీ ఆర్ట్స్‌లో సాయిశ్రీ కళాశాలకు చెందిన జి.అక్షయ్. బాలికల విభాగంలో జెడ్పీహెచ్ వెంకంపేటకు చెందిన వి.కీర్తన, 3డీ ఆర్ట్స్‌లో జెడ్పీహెచ్ఎస్ నెహ్రూనగర్‌కు చెందిన జి.నిఖిల్, బాలికల విభాగంలో జెడ్పీహెచ్ఎస్ రాచర్లబొప్పాపూర్‌కు చెందిన ఆర్.అక్షర, ఇండిజీనియస్ టాయ్స్‌లో జెడ్పీహెచ్ఎస్ బాలురు సిరిసిల్లకు చెందిన డి.రేవంత్, బాలికల విభాగంలో ఇదే పాఠశాలకు చెందిన బ్యూల ఎంపికైనట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. జిల్లా సైన్స్ అధికారి పాముల దేవయ్య, గోనె బాల్‌రెడ్డి, శంకర్ స్వాతి, యాదగిరిగౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గుమాస్తాలకు కనీస వేతనాలివ్వాలి

- సీఐటీయూ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు మూశం రమేశ్



మాట్లాడుతున్న మూశం రమేశ్

సిరిసిల్లటౌన్: దుకాణాలు, షాపింగ్ మాల్లో పని చేసే గుమాస్తాలకు కనీస వేతనాలు అమలు చేయాలని సీఐటీయూ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు మూశం రమేశ్ డిమాండ్ చేశారు. శుక్రవారం సిరిసిల్లలోని పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడారు. ఇంటర్, డిగ్రీ చదివిన అనేక మంది నిరుద్యోగులు ఉపాధి కోసం గుమాస్తాలుగా పని చేస్తున్నారన్నారు. వారి ఆర్థిక అవసరాలను ఆసరా చేసుకొని శ్రమ దోపిడీ చేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నెలకు రూ.3వేల నుంచి రూ.6వేలకే పని చేస్తున్న వారికి కుటుంబ పోషణ భారమౌతోందన్నారు. దీపావళికి బోనస్ అందించాలని కోరారు. నాయకులు మోర అజయ్, తిరుపతి, ఎల్లారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కల్వకుంట్లకు కలిసొచ్చిన కోరుట్ల

- నాలుగు ఎన్నికల్లోనూ విద్యాసాగర్‌రావుదే విజయం



మెట్‌పల్లి: పునర్విభజనతో కొత్తగా ఏర్పడిన కోరుట్ల నియోజకవర్గం కల్వకుంట్ల విద్యాసాగర్‌రావుకు రాజకీయంగా కలిసివచ్చిందనే అభిప్రాయం ఉంది. అంతకుముందు మెట్‌పల్లి నియోజకవర్గంలో రెండు సార్లు ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేసిన ఆయనకు విజయం దక్కలేదు. కానీ కోరుట్ల నియోజకవర్గంగా ఏర్పడిన తర్వాత జరిగిన 4ఎన్నికల్లోనూ ఆయనే విజయం సాధించడం విశేషం. 1998లో రాజకీయాల్లో అడుగుపెట్టిన విద్యాసాగర్‌రావు అదే సంవత్సరం మెట్‌పల్లికి జరిగిన ఉప ఎన్నికల్లో టీడీపీ తరఫున పోటీ చేసి అప్పటి కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి కొమిరెడ్డి జ్యోతి చేతిలో ఓడిపోయారు. అనంతరం 2004 ఎన్నికల్లో టీడీపీ టికెట్ దక్కకపోవడంతో ఇండిపెండెంట్‌గా పోటీ చేసి జనతా పార్టీ అభ్యర్థి కొమిరెడ్డి రామ్‌లు చేతిలో పరాజయం చవిచూశారు. అనంతరం నియోజకవర్గాల పునర్విభజనలో భాగంగా మెట్‌పల్లి స్థానంలో కొత్తగా కోరుట్ల ఏర్పడింది. ఈ నియోజకవర్గంలో 2009లో మొదటిసారి జరిగిన ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి, మాజీ మంత్రి జువ్వాడి రత్నాకర్‌రావుపై గెలిచి విద్యాసాగర్ రావు అసెంబ్లీలో అడుగుపెట్టారు. అనంతరం 2010లో జరిగిన ఉప ఎన్నికల్లోనూ జువ్వాడిపై మరోసారి గెలుపొందారు. తెలంగాణ ఏర్పడిన తర్వాత 2014, 2018 సంవత్సరాల్లో జరిగిన సాధారణ ఎన్నికల్లో జువ్వాడి నర్సింగరావుపై విజయం సాధించారు. ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ఎన్నికల్లో పోటీకి దూరంగా ఉన్న ఆయన.. తన కొడుకు సంజయ్‌ని బీఆర్ఎస్ తరఫున పోటీలో నిలిపారు. వరుస విజయాలతో కోరుట్లను తమకు కంచుకోటగా మార్చుకున్న కల్వకుంట్ల కుటుంబం.. ఈసారి కూడా అదే పట్టును నిలుపుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు.

డబుల్ ధమాకా..!

కోరుట్ల: ఒక్కరోజే ఇద్దరు పెద్ద పార్టీల అభ్యర్థులు నామినేషన్లకు సిద్ధమయ్యారు. భారీ ర్యాలీల కోసం ఊళ్లో ఉన్న మహిళా సంఘాలకు పిలుపు వచ్చింది. 2గంటలు ర్యాలీలో ఉంటే చాలు.. రూ.200 వస్తయ్ అని చెప్పడంతో.. సంఘం పెద్ద దగ్గర చాలామంది తమ పేర్లు పార్టీ జాబితాలో రాయించుకున్నరు. ఓ పార్టీ ర్యాలీ మైదలైంది. 2గంటల తరువాత ర్యాలీ ముగిసింది. ఎక్కడి వాళ్లు అక్కడ ఇంటికి వెళ్లిపోయేటప్పుడు మరో పార్టీ ర్యాలీ వారికి కనిపించింది. వెంటనే కొంత మంది అక్కడ ఉన్న సంఘాల లీడర్ల దగ్గరకు వెళ్లి తమ పేర్లు రాయించుకున్నరు. కండువాను మార్చేశారు. ఒక పార్టీ ర్యాలీ అయిపోయిగానే మరో పార్టీ ర్యాలీలో కలిశారు. గిట్ల రెండు ర్యాలీలతో మస్తు మందికి డబుల్ ఇన్‌కం వచ్చింది. ఎన్నికలు ముగిసేదాకా పార్టీలోళ్లు గిట్లనే ప్రచారాలు చేస్తే తమకు మంచిగనే గిట్టుబాటు అవుతయని గుసగుసలు జోరుగా వినిపించాయి.

ప్రజాస్వామ్యం మనుగడకు ఓటు

పెగడపల్లి: జీవుల మనుగడకు ప్రాణవాయువు కీలకం. అదే లేకుంటే ప్రాణాలు కోల్పోవాల్సిందే. ప్రజాస్వామ్యం మనుగడకు ఓటు. ఇది కూడా అంతే ముఖ్యం. ఓటు హక్కున్న వారంతా ఓటేయకుంటే ప్రజాస్వామ్యం నిర్వీర్యమవుతుంది. ఈ విషయంపై జీవుల మనుగడకు ప్రాణవాయువు.. ప్రజాస్వామ్య మనుగడకు కావాలి ఓటు.. ఓటును నమ్ముకోండి.. ఓటును అమ్ముకోకండి అని సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్‌గా మారింది.

టిఫిన్ చేశారా.. టీ తాగారా..?

పెగడపల్లి: ఎన్నికల నేపథ్యంలో గ్రామాల్లో సందడి నెలకొంది. వచ్చే పోయే నాయకులతో పల్లెల్లో పండుగ వాతావరణం కనబడుతోంది. ఓటర్లను ప్రసన్నం చేసుకునేందుకు అభ్యర్థులతో పాటు ద్వితీయ శ్రేణి నాయకులు కూడా విశ్వ ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా గ్రామాల్లోని ప్రజలను మర్యాదగా, ఆత్మీయంగా పలకరిస్తున్నారు. వారి బలహీనతలను పసిగడుతున్నారు. ప్రచారంలో భాగంగా డబ్బు, మద్యం పంపిణీ చేయడం సాధారణమే. వీటిని సరఫరా చేస్తూనే నాయకులు ప్రజలతో కలిసిపోవడానికి అనేక తంటాలు పడుతున్నారు. గ్రామాల్లోని చిన్నచిన్న హోటళ్లు ఉదయం ప్రజలతో కిటకిటలాడుతుంటాయి. ఈ సమయంలో ద్వితీయ శ్రేణి నాయకులు సదరు హోటళ్లకు వెళ్లి టిఫిన్లు చేశారా? టీ తాగారా? అంత కుశలమేనా అంటూ ప్రజలతో మమేకమవుతున్నారు.

మద్యం అమ్మకాలపై ఉక్కుపాదం



రంగపేట శివారులో బెల్లం పానకాన్ని ధ్వంసం చేస్తున్న ఎక్సైజ్ పోలీసులు

జగిత్యాలక్రైం/రాయికల్: మద్యం అక్రమ అమ్మకాలపై ఉక్కుపాదం మోపడం జరుగుతుందని జగిత్యాల ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీధర్ అన్నారు. శుక్రవారం జగిత్యాల ఎక్సైజ్ కార్యాలయంలో విలేకరులతో మాట్లాడారు. రాయికల్ మండలం కుర్మపల్లి గ్రామ శివారులో నాటుసారా రవాణా చేస్తున్న వ్యక్తిని పట్టుకొని అతడి వద్ద 15 లీటర్ల నాటుసారాను స్వాధీనం చేసుకున్నామన్నారు. అతన్ని విచారించగా.. నాటుసారా తయారు చేసే కుర్మపల్లి, సారంగాపూర్ మండలం రంగపేట గ్రామాల సరిహద్దు అటవీ ప్రాంతాల్లోని ప్రదేశాలకు వెళ్లి 20 కిలోల స్పటిక, 50 కిలోల నల్లబెల్లాన్ని సీజ్ చేయడంతో పాటు 800 లీటర్ల బెల్లం పానకం ధ్వంసం చేశామని అన్నారు. జగిత్యాల జిల్లా పరిధిలో మద్యం అక్రమ రవాణా, అమ్మకాలు అరికట్టేందుకు పకడ్బందీ చర్యలు చేపడుతున్నామన్నారు. ఎన్నికల నేపథ్యంలో గ్రామాల్లో బెల్టు దుకాణాలు నిర్వహించినా, నాటుసారా విక్రయించినా కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఎక్సైజ్ సీఐ ప్రభాకర్‌రెడ్డి, ఎస్సై రవి, సిబ్బంది రమేశ్, వీరయ్య, సంతోష్ పాల్గొన్నారు.

బెల్ట్ దుకాణంపై దాడి



మద్యం బాటిళ్లను పట్టుకున్న సీఐ లక్ష్మీనారాయణ

ఇబ్రహీంపట్నం: వేములకుర్తి గ్రామంలో బెల్ట్ దుకాణంపై మెట్‌పల్లి సీఐ లక్ష్మీనారాయణ, ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్ సిబ్బంది శుక్రవారం దాడి చేశారు. రాజు అనే వ్యక్తి అక్రమంగా అనుమతి లేకుండా బెల్ట్ దుకాణం నిర్వహిస్తుండగా.. రూ.20వేల విలువ గల మద్యం బాటిళ్లను స్వాధీనం చేసుకొని కేసు నమోదు చేసినట్లు సీఐ లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు. ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్ టీం ఇన్‌చార్జి రాజేందర్, పోలీస్ కానిస్టేబుల్ పవన్, కిరణ్, సంతోష్ పాల్గొన్నారు.

మండల పరిషత్ సూపరింటెండెంట్ మృతి



వెంకటేశ్వరస్వామి(ఫైల్)

మల్లాపూర్: మండల పరిషత్ సూపరింటెండెంట్ శఠగోపపు వెంకటేశ్వరస్వామి(55) అనారోగ్యంతో శుక్రవారం మృతిచెందాడు. మెట్‌పల్లి ఎంపీడీవో కార్యాలయంలో సీనియర్ అసిస్టెంట్‌గా పని చేస్తున్న వెంకటేశ్వరస్వామి 2019లో మల్లాపూర్ మండల పరిషత్ సూపరింటెండెంట్‌గా పదోన్నతి పొందాడు. కొంతకాలంగా క్యాన్సర్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న వెంకటేశ్వరస్వామి హైదరాబాద్‌లోని యశోద ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతిచెందాడు. ఆయనకు భార్య మమత, కుమార్తె, కుమారుడు ఉన్నారు. ఎంపీపీ కాటిపెల్లి సరోజన, జెడ్పీటీసీ సందిరెడ్డి శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, ఎంపీడీవో జగదీష్, పంచాయతీ కార్యదర్శులు, మండల పరిషత్ కార్యాలయ అధికారులు, సిబ్బంది మృతుడి కుటుంబాన్ని పరామర్శించారు.

బైక్ అదుపుతప్పి యువకుడికి తీవ్ర గాయాలు



గాయపడ్డ సంజయ్

ధర్మపురి: బైక్ అదుపుతప్పి యువకుడికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. మంచిర్యాలకు చెందిన సంజయ్ అనే యువకుడు శుక్రవారం మంచిర్యాల నుంచి జగిత్యాలకు వెళ్తుండగా.. ధర్మపురి మండలం బుద్దేశ్‌పల్లె సమీపంలో వాహనం అదుపుతప్పి తలకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. ఈఎంటీ అనిల్‌కుమార్ ప్రథమ చికిత్స చేసి వెంటనే 108 అంబులెన్సులో జగిత్యాల ఏరియా ఆస్పత్రికి చికిత్స నిమిత్తం తరలించారు.

పుస్తెల తాడు చోరీకి విఫల యత్నం



నర్సవ్వ

ధర్మపురి: ధర్మపురిలోని తోట్లవాడకు చెందిన ఒజ్జ నర్సవ్వ అనే వృద్ధురాలు శుక్రవారం సాయంత్రం పిండి పట్టించేందుకు ఇంటి నుంచి బయలుదేరింది. ధర్మపురిలోని దేవాలయం వెనక భాగానున్న సందిలో ఇద్దరు గుర్తుతెలియని వక్తులు బైక్‌పై వచ్చి వృద్ధురాలి మెడలో ఉన్న పుస్తెల తాడు ఎత్తుకెళ్లేందుకు విఫల యత్నం చేశారు. అయితే ఆమె పుస్తెల తాడు చోరీకి గురైందని భావించి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. పోలీసుల తనిఖీలో పుస్తెల తాడు అక్కడే దొరికింది. పుస్తెల తాడు రెండున్నర తులాలుంటుందని బాధితురాలు తెలిపింది.

ఉద్యోగం పేరుతో సైబర్ నేరగాళ్ల మోసం

జగిత్యాలక్రైం: జిల్లా కేంద్రంలోని విద్యానగర్‌కు చెందిన ఓ యువతికి ఉద్యోగం ఇస్తామంటూ సైబర్ నేరగాళ్లు మోసానికి పాల్పడి రూ.1.70 లక్షలు కాజేశారు. విద్యానగర్ ప్రాంతానికి చెందిన భూపతి చరణ్ సోదరి ఇంజనీరింగ్ పూర్తి చేసింది. ఇటీవల ఉద్యోగం కోసం చూస్తుండగా.. ఓ యాప్ ద్వారా టీసీఎస్ కంపెనీలో ఉద్యోగం ఉన్నట్లు తెలుసుకొని సంప్రదించింది. భీమిలికి చెందిన అభిషేక్ వర్మ అనే వ్యక్తి నకిలీ అడ్రస్ పెట్టి ఉద్యోగం ఇప్పిస్తానంటూ నమ్మించాడు. యువతి తన సోదరుడికి చెప్పడంతో ఆ వ్యక్తిని సంప్రదించగా.. సంవత్సరానికి రూ.16 లక్షల ప్యాకేజీ ఇప్పిస్తానని నమ్మించాడు. దశలవారీగా సైబర్ నేరగాళ్లకు రూ.1.70 లక్షలు చెల్లించారు. డబ్బులు చెల్లించిన తర్వాత ఫోన్ చేస్తే స్విచ్ ఆఫ్ రావడంతో మోసపోయినట్లు గ్రహించి పట్టణ పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు నమోదు చేసినట్లు పట్టణ సీఐ నటేశ్ తెలిపారు.

తమ్ముడి భార్యపై గొడ్డలితో దాడి



గాయపడ్డ లత

కొండగట్టు(చొప్పదండి): భూతగదాల నేపథ్యంలో సొంత తమ్ముడి భార్యపై అన్న దాడి చేసిన సంఘటన కొడిమ్యాల మండలం రాంసాగర్‌లో శుక్రవారం చోటుచేసుకుంది. గ్రామానికి చెందిన రవీందర్‌రావు, సత్యంరావు అన్నదమ్ములు. కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం సత్యంరావు మృతిచెందగా.. అతడి భార్య లత, అన్న రవీందర్‌రావు మధ్య భూతగదాలు చోటుచేసుకున్నాయి. ఈక్రమంలో శుక్రవారం పొలం వద్ద జరిగిన గొడవల్లో రవీందర్‌రావు, అతడి కుమారుడు రామేశ్వర్‌రావు లతపై గొడ్డలితో దాడి చేసినట్లు స్థానికులు తెలిపారు. తీవ్రంగా గాయపడిన లతను కుటుంబ సభ్యులు జగిత్యాల ఏరియా ఆసుపత్రికి తరలించారు. లత కొండగట్టు ఆలయంలో సీనియర్ అసిస్టెంట్‌గా విధులు నిర్వహిస్తున్నారు.

గల్ఫ్ ఓట్లతో పాలకులకు బుద్ధి చెబుతాం



ప్రచారం చేస్తున్న కిరణ్‌కుమార్

- దుబాయి ఎమిరేట్స్ తెలంగాణ కల్చరల్ అసోసియేషన్ వ్యవస్థాపకుడు పీచర కిరణ్‌కుమార్

మల్లాపూర్(కోరుట్ల): గల్ఫ్ కార్మికుల కుటుంబాల ఓట్లతోనే కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు బుద్ధి చెబుతామని దుబాయి ఎమిరేట్స్ తెలంగాణ కల్చరల్ అసోసియేషన్ వ్యవస్థాపకుడు పీచర కిరణ్‌కుమార్, గల్ఫ్ వలస వ్యవహారాల విశ్లేషకుడు మంద భీంరెడ్డి అన్నారు. శుక్రవారం జగిత్యాల జిల్లా మల్లాపూర్ మండలం గుండంపల్లిలో గల్ఫ్ జేఏసీ తరఫున పోటీ చేస్తున్న ఏఐఎఫ్‌బీ అభ్యర్థి చెన్నమనేని శ్రీనివాస్‌రావుకు మద్దతుగా ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. 15లక్షల మంది గల్ఫ్ కార్మికుల వెతలను కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పట్టించుకోవడం లేదని అన్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని యువత ఉపాధి కోసం ఏడారి దేశాలకు వలస వెళ్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. పరాయి దేశంలో కార్మికులు అనారోగ్య సమస్యలు, పని ఒత్తిడి, రోడ్డు ప్రమాదాలు, వేతన బాధలతో ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని అన్నారు. గల్ఫ్ వెళ్లిన కార్మికుల పేర్లను రేషన్ కార్డుల్లోంచి తొలగించారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గల్ఫ్‌లో మృతిచెందిన కుటుంబాలను ఆదుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వాలే తీసుకోవాలని సూచించారు. గల్ఫ్ మృతుల కుటుంబాలకు రూ.5లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా అందించడంతో పాటు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలలో ప్రాధాన్యమివ్వాలని అన్నారు. సీఎం కేసీఆర్ పోటీ చేస్తున్న కామారెడ్డిలో 100మంది గల్ఫ్ బాధిత కుటుంబాలతో నామినేషన్లు వేయించామని తెలిపారు. కోరుట్ల నుంచి గల్ఫ్ జేఏసీ అభ్యర్థిగా బరిలో ఉన్న చెన్నమనేని శ్రీనివాస్‌రావు గెలిపించాలని కోరారు. గల్ఫ్ జేఏసీ నాయకులు సంగెం మోహన్‌రెడ్డి, రఘు ఎలిగేటి, గల్ఫ్ రిటనీలు లక్ష్మణ్, సాయిలు, బుచ్చిరెడ్డి, నవీన్ పాల్గొన్నారు.



ఆరోగ్య ధన ప్రాప్తిరస్తు!

ఇవాళ ధనత్రయోదశి. దీనినే ధన్ తేరస్ అని కూడా అంటారు. ఈ పర్వదినాన సాధారణంగా అందరికీ బంగారం, వెండి, గృహోపకరణాలు, వస్తు వాహనాల వంటి వాటి మీదికే దృష్టి మళ్లుతుంది. ఆరోగ్య ప్రదాత అయిన ధన్వంతరి జయంతి కూడా ఇదే రోజు అని గుర్తు రాదు. అయితే ఆరోగ్యం కూడా ధనమే కాబట్టి ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించుకునేందుకు ఏం చేయాలో తెలుసుకుని అందుకు తగినట్లు నడుచుకుంటే ఆరోగ్య ధనం, ఆరోగ్య మహాభాగ్యం సమకూరుతుంది. ధన త్రయోదశి సందర్భంగా ఆరోగ్య సంపదను ఏవిధంగా పెంపొందించుకోవాలో చూద్దాం...

సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి ఆహార విహారాలు ఎంత అవసరమో, నిత్యం నడక, వ్యాయామం, యోగా కూడా అంతే అవసరం. ప్రధానంగా ఇవి అనేక రుగ్మతలకు దివ్య ఔషధాలు. అజీర్తి నుంచి ఆర్థరైటిస్ వరకు.. బీపీ నుంచి హార్టెటాక్ వరకు, మధుమేహం నుంచి మానసిక సమస్య వరకు ఏదైనా నయం కావాలంటే రోజూ వ్యాయామం, యోగా చేస్తుండాలి.

■ సమయానికి తగు...



మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజూ పౌష్టికాహారాన్ని తీసుకోవడం ఎంత అవసరమో ఆ ఆహారాన్ని తగిన సమయానికి తీసుకోవడం కూడా అంతే అవసరం. వేళ తప్పి భోజనం చేస్తే అది మన ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. అందువల్ల ఉదయం, మధ్యాహ్నం, రాత్రి సరైన సమయాలకు భోజనం చేయడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి.

■ బ్రేక్ ఫాస్ట్ తప్పనిసరి

రోజూ ఉదయాన్నే టిఫిన్ చేయడం వల్ల ఉల్లాసంగా ఉత్సాహంగా ఉండగలుగుతారు. కొందరికి అలా బ్రేక్ ఫాస్ట్ చేయడం అలవాటు ఉండదు. అలాంటి వారు అల్పాహారంగా నానబెట్టిన బాదం, ఎండు ద్రాక్ష, వాల్నట్స్, మొలకెత్తిన గింజలు, అవిసెలు, తాజాపండ్లు, కూరగాయల ముక్కలు లాంటివి అయినా తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి.



■ లంచ్‌గా ఇవి...

మధ్యాహ్నపు భోజనంగా సగం కంచంలో తాజా కూరగాయలు, మిగతా సగంలో పిండిపదార్థాలు, మాంసకృత్తులు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉండేలా చూసుకోవాలి.



రక్తంలో చక్కెర నిల్వల్ని అదుపులో ఉంచుకోవడానికి, లో గ్లైసిమిక్ ఇండెక్స్ కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. రాగులు, జొన్నలు, సజ్జలు, కొర్రలు లాంటి చిరు ధాన్యాన్ని ప్రయత్నించవచ్చు.

ప్లాస్టిక్ వినియోగాన్ని వీలైనంత మేరకు తగ్గించాలి. ఎందుకంటే, మనం వాడే ప్లాస్టిక్ వస్తువుల నుండి, రోజుకి కొన్ని లక్షల సూక్ష్మరేణువులు విడుదలవుతాయి. వాటిలో ఉండే రసాయనం హార్మోన్ల సమతౌల్యాన్ని దెబ్బ తీస్తుంది.

■ మానసిక దృఢత్వం

మానసిక ఆరోగ్యం బాగుంటేనే సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఉన్నట్లు. ఇందుకోసం నిత్యం నడక, వ్యాయామం, యోగా తప్పనిసరి. ప్రధానంగా ఇవి అనేక రుగ్మతలకు దివ్య ఔషధాలు.

■ కంటినిండా నిద్ర

కడుపు నిండా తిని కంటి నిండా నిద్ర పోతే ఏ జబ్బూ ఉండదని పెద్దవాళ్లనేవారు. వేళకు తగినంత రాత్రి నిద్ర ఉంటే పొద్దున లేవగానే ఉత్సాహంగా ఉంటుంది. లేదంటే నిస్సత్తువగా... ఏదో పోగొట్టుకున్నట్లుగా అనిపిస్తుంది. నిద్ర లేమి వల్ల రకరకాల ఇతర జబ్బులు వస్తాయి. అందువల్ల వీలయినంత వరకు వయసును బట్టి, చేసే శారీరక శ్రమను అనుసరించి తగినంత నిద్ర పోవడం ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరం.



ఈ ధన త్రయోదశి నాడు అందరూ ఆరోగ్య ధనాన్ని పెంపొందించుకునే దిశగా అడుగులు వేస్తారని, వేయాలనీ ఆశిద్దాం.



మంచి కొవ్వు మంచిదే!

లావవుతామనే భయంతో చాలామంది కొవ్వు పదార్థాలు ఉండే ఆహారాలను తినడం మానేస్తున్నారు. కొందరైతే నెయ్యి తినడం ఎప్పుడో మానేశారు. అయితే శరీరంలోని ఎ, డి, ఇ, కె విటమిన్లు కొవ్వులో మాత్రమే కరుగుతాయి. కాబట్టి తగిన పరిమాణంలో మంచి కొలెస్ట్రాల్ ఎంతో అవసరం. అలాగని అన్నిరకాల కొవ్వులూ ఆరోగ్యం కాదు. ఇంతకూ ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వు లభించాలంటే ఎలాంటి ఆహారాలు తీసుకోవాలో తెలుసుకుందామా?

మీరు ఆరోగ్యం పట్ల చాలా కాన్షియస్‌గా ఉండి..అధిక పరిమాణంలో కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న ఆహారాలకు దూరంగా ఉంటే తప్పకుండా ఈ అవకాడోను ఆహారంలో చేర్చుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వు చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించేందుకు కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అంతేకాకుండా గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

ఆలివ్ ఆయిల్: వేపుళ్లకు దూరంగా ఉండేవారు తప్పకుండా ఆహారాల్లో ఆలివ్ ఆయిల్‌ను తప్పకుండా వినియోగించాల్సి ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే పోషకాలు, మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వులు గుండెను ఆరోగ్యంగా చేసేందుకు సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా శరీర బరువును నియంత్రించేందుకు కూడా సహాయపడతాయి.

పెరుగు: బరువు తగ్గడానికి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలు తప్పకుండా తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇలా తీసుకుంటే శరీరంలోని కొవ్వును సమతుల్యంగా చేస్తుంది. కాబట్టి శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి తప్పకుండా కొవ్వు పాలతో చేసిన పెరుగు తినడం చాలా మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. ఇందులో ఉండే గుణాలు ప్రేగును కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి.

కొబ్బరి: కొబ్బరి లేదా కొబ్బరి నూనె తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అనేక రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఇందులో జీర్ణక్రియను మెరుగుపరిచే చాలా రకాల పోషకాలు దొరుకుతాయి. దీనివల్ల ట్రైగ్లిజరైడ్ ఫుడ్ సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. అంతేకాకుండా మలబద్ధకం, ఇతర పొట్ట సమస్యల నుంచి కూడా ఉపశమనం లభిస్తుంది.

చేపలు: చేపలలో మంచి కొలెస్టరాల్‌ను పెంపొందించే లక్షణాలున్నాయి. అందుకే ఇతర విధాలైన మాంసాహారాలకు దూరంగా ఉండమని హెచ్చరించే వైద్యులు సైతం పరిమితంగా అయినా చేపలు తీసుకోవచ్చునని చెబుతారు.

బాదం పప్పు, జీడిపప్పు: వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కొవ్వు పెరుగుతుందని అనుకుంటాం. అయితే వీటిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు మాత్రమే ఉంటాయి. అందువల్ల బాదం, జీడిపప్పు తీసుకోవడం మంచిది. బాదం పప్పును నీటిలో నానబెట్టి, పైన పొట్టు తీసి తినడం మంచిది. జీడిపప్పును అయితే వేయించకుండా నేరుగా తీసుకోవడం వల్ల మంచి కొలెస్టరాల్ పెంపొందుతుంది.

నెయ్యి: ఇదివరకటిలో ఆహారంలో నేతిని బాగా ఉపయోగించేవారు. అరిసెలు, గారెలు వంటి వాటిని నేతితోనే చేసేవారు. అయితే రానురానూ నెయ్యి తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదనే అభిప్రాయం స్థిరపడిపోయింది. నిజానికి నేతిలో శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలెన్నో ఉన్నాయి. అలాగని ముద్ద ముద్దకీ నెయ్యి వేసుకోవడం, నేతితోనే చేసిన డీప్ ఫ్రైలు విపరీతంగా తీసుకోవడం మాత్రం అంత మంచిది కాదు. గేదె నెయ్యి కన్నా ఆవు నెయ్యి మంచిది.

మరకలను మాయం చెయ్యండి ఇలా...



బట్టలపై మరకలు పడ్డప్పుడు డ్రై క్లీనింగ్‌కి ఇద్దామంటే ఆ ధరకు కొత్తదే వస్తుందమే అనిపిస్తుంది. అయితే మరకలను తొలగించుకునేందుకు కొన్ని చిట్కాలున్నాయి. అవేమిటో చూద్దాం.

మీ దుస్తులు మెరిసేలా చేయాలంటే ఆస్పిరిన్ మాత్రలు బాగా ఉపయోగపడతాయి. ఆస్పిరిన్‌లో ఉండే ఎసిటైల్‌సాలిసిలిక్ ఆమ్లం బట్టలపై పడిన మరకలను తొలగించేందుకు సాయం చేస్తుంది. తెల్లని దుస్తులను నాలుగైదు ఆస్పిరిన్ టాబ్లెట్లు వేసిన నీళ్ల బకెట్‌లో బాగా నానబెట్టండి. తరవాత బట్టల సబ్బుతో ఉతకడమో లేదా వాషింగ్ మెషీన్‌లో వేసి మామూలుగా ఉతికి జాడించి ఆరేస్తే సరి!

రక్తపు మరకలను తొలగించడానికి.. ఆస్పిరిన్‌ను చల్లటి నీటిలో కరిగించి బట్టలను నానబెట్టండి. వేడినీటితో రక్తపు మరకలను తొలగించడానికి ప్రయత్నించవద్దు. ఇది ప్రొటీన్లు గడ్డకట్టడానికి కారణమవుతుంది. ఆ తరువాత మరకను తొలగించడం కష్టం అవుతుంది. చేస్తుంది.

నూనె, గ్రీజు మరకలకు

ఒక నిమ్మకాయను రెండు ముక్కలుగా కోయాలి. ఒక ముక్క మీద ఉప్పు వేసి మరకపై రుద్దాలి. ఇది నిమిషాల్లో బట్టలపై ఉన్న మరకలను తొలగిస్తుంది.

వక్కపొడి, పాన్ మసాలా మరకలు

పెరుగు లేదా మజ్జిగను మరక పడ్డ చోట ఉంచి పది నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. తర్వాత శుభ్రమైన నీటితో వస్త్రాన్ని కడగాలి. ఇది బట్టలపై ఉన్న మరకలను తొలగిస్తుంది.

టీ–కాఫీ మరకలు

టీ–కాఫీ మరకలు పడ్డప్పుడు ముందుగా గోరువెచ్చటి నీటిలో ఆ వస్త్రాన్ని పదిహేను నిమిషాలు ఉంచిన తర్వాత లిక్విడ్ డిటర్జెంట్లో నానబెట్టాలి. తర్వాత మరక పడ్డ చోట చేతితో రుద్దితే మరకలు తొలగుతాయి.

టర్కీ టవళ్లు, దుప్పట్ల వంటి వాటిని బట్టలుతికే సోడా కలిపిన నీటిలో నానబెట్టి ఉతికితే త్వరగా శుభ్ర పడతాయి.

సినిమా

సూపర్ స్టార్ కృష్ణ విగ్రహావిష్కరణ



● బెల్లం దుర్గ, దేవినేని అవినాష్, ఘట్టమనేని బాబీ, కమల్‌హాసన్

సూపర్‌స్టార్ కృష్ణ విగ్రహాన్ని ప్రముఖ నటుడు కమల్‌హాసన్ ఆవిష్కరించారు. విజయవాడలోని గురునానక్ కాలనీ కేడీజీఓ పార్కులో కృష్ణ ఫ్యాన్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఈ విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. 'భారతీయుడు 2' చిత్రం షూటింగ్ కోసం విజయవాడలో ఉన్న కమల్‌హాసన్.. కృష్ణ–మహేశ్‌బాబు ఫ్యాన్స్ ఆహ్వానం మేరకు కృష్ణ విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించారు. ''కృష్ణగారి విగ్రహావిష్కరణలో పాల్గొనడం ఎంతో ఆనందంగా ఉంది'' అన్నారు కమల్‌హాసన్. ఈ విగ్రహావిష్కరణలో పాల్గొన్న విజయవాడ తూర్పు నియోజకవర్గ వైసీపీ ఇన్‌చార్జ్ దేవినేని అవినాష్ మాట్లాడుతూ– ''కళామతల్లికి తనదైన శైలిలో సేవలందించి, ప్రేక్షకుల మనసులో సుస్థిర స్థానాన్ని ఏర్పరచుకున్నారు కృష్ణగారు. తండ్రి గౌరవాన్ని మహేశ్‌బాబుగారు నిలబెడుతున్నారు'' అన్నారు. ''కృష్ణగారి విగ్రహావిష్కరణ కేవలం పదిరోజుల వ్యవధిలో పూర్తి చేసేందుకు సహకరించిన సీఎం జగన్ మోహన్ రెడ్డిగారికి కృతజ్ఞతలు'' అని కృష్ణ అభిమానుల సంఘం పేర్కొంది. ఈ కార్యక్రమంలో విజయవాడ డిప్యూటీ మేయర్ బెల్లం దుర్గ, కృష్ణ కుటుంబ సభ్యుడు ఘట్టమనేని బాబీ, వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులు గల్లా పద్మావతి, రాజ్‌కమల్ పాల్గొన్నారు.

గర్వంగా ఉంది: హీరో మహేశ్‌బాబు ''నాన్నగారి విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించిన కమల్ హాసన్‌గారికి కృతజ్ఞతలు. నాన్నగారు వదిలి వెళ్లిన జ్ఞాపకాలు, వారసత్వానికి ఇదొక నివాళి. నాన్న విగ్రహం ఏర్పాటుకు కారణమైన అందరికీ, ఈ వేడుక ఘనంగా నిర్వహించిన అభిమానులకు మనస్ఫూర్తిగా ధన్యవాదాలు'' అంటూ ట్వీట్ చేశారు మహేశ్ బాబు.

ఇళయరాజా బయోపిక్‌లో ధనుష్



● ధనుష్, ఇళయరాజా

సంగీత జ్ఞాని ఇళయరాజా జీవితం వెండితెరపైకి రానుంది. ఇందులో ధనుష్ ఓ ప్రధాన పాత్రలో నటించనున్నారు. మెర్క్యూరీ గ్రూప్, కనెక్ట్ మీడియా సంస్థలు ఈ బయోపిక్‌ను నిర్మించనున్నాయి. వచ్చే ఏడాది అక్టోబరులో ఈ చిత్రం షూటింగ్ ప్రారంభించి, 2025 ఏడాది మధ్యలో రిలీజ్ చేయాలనుకుంటున్నారు. ఈ సందర్భంగా మెర్క్యూరీ గ్రూప్ సీఈవో, ఎండీ శ్రీరామ్ భక్తి శరణ్ మాట్లాడుతూ –''ప్రాంతీయ కథలతో సినిమాలు తీస్తే అంతర్జాతీయ స్థాయిలో గుర్తింపు లభిస్తోంది. అందుకే లోకల్, ప్రాంతీయ కథలను అంతర్జాతీయ స్థాయిలో తెరకెక్కించాలనుకుంటున్నాం'' అన్నారు. ''రాబోయే రెండు దశాబ్దాల్లో భారతీయ వినోద పరిశ్రమ మరింత అభివృద్ధి చెందుతుంది. ప్రపంచ వినోద పరిశ్రమలో ప్రసిద్ధి చెందిన మెర్క్యూరి సంస్థతో మెగా బడ్జెట్ సినిమాలను నిర్మించడానికి వారితో చేతులు కలపడం మాకు సంతోషంగా ఉంది'' అని కనెక్ట్ మీడియా ప్రతినిధి వరుణ్ మాథుర్ అన్నారు.

వేటాడే సత్యభామ



● కాజల్

'సత్యా.. ఈ కేసు నీ చేతుల్లో లేదు (ప్రకాశ్‌రాజ్).. కానీ ఆ ప్రాణం నా చేతుల్లోనే పోయింది సార్ (కాజల్ అగర్వాల్)' అనే డైలాగ్స్‌తో మొదలవుతుంది 'సత్యభామ' టీజర్. పోలీసాఫీసర్ సత్యభామ పాత్రలో కాజల్ అగర్వాల్ నటిస్తున్న చిత్రం ఇది. ప్రకాశ్‌రాజ్, నవీన్ చంద్ర కీలక పాత్రధారులు. బాబీ తిక్క, శ్రీనివాసరావు తక్కలపెల్లి నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి దర్శకుడు శశికిరణ్ తిక్క సమర్పకులుగా వ్యవహరిస్తూ స్క్రీన్‌ప్లే అందించారు. శుక్రవారం 'సత్యభామ' టీజర్‌ను రిలీజ్ చేశారు. 'సార్.. ఆ గిల్ట్ నన్ను వెంటాడుతూనే ఉంది. వేటాడాలి (కాజల్ అగర్వాల్)', 'ఆ అమ్మాయి చావుకు మీరే కారణం అంటున్నారు. ఈ కేసును మీరు వదిలేసిన ట్లేనా? (విలేకర్లు).. నెవర్ (కాజల్)' అనే డైలాగ్స్ టీజర్‌లో ఉన్నాయి. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: శ్రీచరణ్ పాకాల.

కొత్తవాళ్లతో సినిమా పెద్ద బాధ్యత - నిహారిక



● యూనిట్‌కి స్క్రిప్ట్ అందిస్తున్న అల్లు అరవింద్

''మా పింక్ ఎలిఫెంట్ పిక్చర్స్‌లో ఇప్పటివరకు వెబ్ సిరీస్‌లు, షార్ట్ ఫిలింస్ చేశాం. తొలిసారి ఫీచర్ ఫిల్మ్ ప్రారంభించాం. ఇంతమంది కొత్తవాళ్లతో సినిమా చేయటం పెద్ద బాధ్యతగా భావిస్తున్నాను'' అన్నారు నిహారిక కొణిదెల. యదు వంశీ దర్శకత్వంలో నిహారిక కొణిదెల సమర్పణలో పింక్ ఎలిఫెంట్ పిక్చర్స్ ఎల్ఎల్‌పీ, శ్రీ రాధా దామోదర్ స్టూడియోస్‌పై పద్మజ కొణిదెల, జయలక్ష్మి అడపాక నిర్మిస్తున్న చిత్రం శుక్రవారం ప్రారంభమైంది. తొలి సన్నివేశానికి నటుడు నాగబాబు కెమెరా స్విచ్చాన్ చేయగా, హీరో వరుణ్ తేజ్ క్లాప్ కొట్టారు. డైరెక్టర్ వెంకీ కుడుముల గౌరవ దర్శకత్వం వహించగా, నిర్మాత అల్లు అరవింద్ స్క్రిప్ట్‌ని యూనిట్‌కి అందించారు. యదు వంశీ మాట్లాడుతూ– ''ఈ సినిమా ద్వారా 11 మందిని హీరోలుగా, నలుగురిని హీరోయిన్లుగా పరిచయం చేస్తున్నాం'' అన్నారు. ''ఈ చిత్రంతో నేను, నా సతీమణి జయలక్ష్మి నిర్మాతలుగా పరిచయమవుతున్నాం'' అన్నారు శ్రీరాధా దామోదర్ స్టూడియోస్ అధినేత ఫణి. ఈ చిత్రానికి కెమెరా: రాజు ఎదురోలు, సంగీతం: అనుదీప్ దేవ్, ఎగ్జిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: మన్యం రమేశ్.

లింగి లింగిడి..!



● రాహుల్, శివానీ, మిథున్, తేజా మార్ని, 'బన్నీ' వాసు, విద్య

శ్రీకాంత్ మేక, రాహుల్ విజయ్, శివానీ రాజశేఖర్, వరలక్ష్మీ శరత్ కుమార్ కీలక పాత్రల్లో నటించిన చిత్రం 'కోట బొమ్మాళి పీఎస్'. తేజా మార్ని దర్శకత్వంలో 'బన్నీ' వాసు, విద్యా కొప్పినీడి నిర్మించిన ఈ సినిమా ఈ నెల 24న విడుదల అవుతోంది. రంజిన్ రాజ్, మిథున్ ముకుందన్ స్వరపరచిన ఈ చిత్రంలోని 'లింగి లింగిడి..' అంటూ సాగే పాటను ఇటీవల విడుదల చేయగా, 30 మిలియన్ వ్యూస్‌ను పూర్తి చేసుకుంది. ''ఈ పాటలానే మా చిత్రానికి ప్రేక్షకులు విజయం అందిస్తారనే నమ్మకం ఉంది'' అని హైదరాబాద్‌లో నిర్వహించిన సెలబ్రేషన్స్‌లో 'బన్నీ' వాసు అన్నారు.

ప్రేమలో గీతాశంకరం



● ప్రియాంక, ముఖేష్ గౌడ

ముఖేష్ గౌడ, ప్రియాంకా శర్మ జంటగా కె.దేవానంద్ నిర్మిస్తున్న ప్రేమకథా చిత్రం 'గీతా శంకరం'. దీపావళి సందర్భంగా ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్‌ను రిలీజ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ముఖేష్ గౌడ మాట్లాడుతూ– ''సీరియల్స్‌లో పేరు సంపాదించుకున్నట్లే ఈ సినిమాతో వెండితెరపై కూడా మంచి పేరు తెచ్చుకుంటాననే నమ్మకం ఉంది'' అన్నారు. ''నటనకు మంచి స్కోప్ ఉన్న పాత్ర లభించడం నా లక్‌గా భావిస్తున్నా'' అన్నారు ప్రియాంకా శర్మ. ''ఇరవై కథలు విన్నాం. కానీ రుద్ర చెప్పిన ఈ కథ నచ్చడంతో ఈ సినిమా చేస్తున్నాం. ఈ నెల 14న కొత్త షెడ్యూల్ ఆరంభిస్తాం'' అన్నారు దేవానంద్. ''ప్రేక్షకులకు నచ్చే అంశాలన్నీ ఈ సినిమాలో ఉంటాయి'' అన్నారు రుద్ర. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: అబు, కెమెరా: ఉదయ్ ఆకుల.

రెండు హృదయాల కల



● జాన్వీ కపూర్

'రూహి' చిత్రం తర్వాత రాజ్ కుమార్ రావు, జాన్వీ కపూర్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన తాజా చిత్రం 'మిస్టర్ అండ్ మిసెస్ మహి'. 'నో డ్రీమ్ ఈజ్ ఎవర్ చేజ్డ్ ఎలోన్!' అనేది క్యాప్షన్. క్రికెట్ నేపథ్యంలో రూపొందిన ఈ స్పోర్ట్స్ డ్రామా ఫిల్మ్‌కు శరణ్‌శర్మ దర్శకత్వం వహించగా, కరణ్ జోహార్ నిర్మించారు. ''ఒకే కల కోసం రెండు హృదయాలు ఎదురు చుస్తున్నాయి'' అంటూ ఈ మూవీని ఏప్రిల్ 19న రిలీజ్ చేయనున్నట్లుగా జాన్వీ కపూర్ అండ్ టీమ్ సోషల్ మీడియా వేదికగా వెల్లడించారు.

మాస్ రింగు...



● సోహైల్

'బిగ్ బాస్' ఫేమ్ సోహైల్ హీరోగా నటించిన తాజా చిత్రం 'బూట్‌కట్ బాలరాజు'. శ్రీ కోనేటి దర్శకత్వంలో గ్లోబల్ ఫిలిమ్స్– కథ వేరుంటాది బ్యానర్స్‌పై ఎండీ పాషా నిర్మిస్తున్నారు. మేఘా లేఖ, సునీల్, సిరి హన్మంత్, ఇంద్రజ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. భీమ్స్ సిసిరోలియో సంగీతం అందించిన ఈ చిత్రం నుంచి 'రింగు రింగు బిళ్ల..' అంటూ సాగే టైటిల్ సాంగ్‌ను విడుదల చేశారు. ఈ పాటకి దేవ్ పవార్ సాహిత్యం అందించగా, భోలే షావలి, రఘురామ్ పాడారు. ప్రేమ్ రక్షిత్ మాస్టర్ కొరియోగ్రఫీ అందించారు. ''ఫుల్ మాస్‌గా 'రింగు రింగు బిళ్ల..' సాంగ్ ఉంటుంది. సోహైల్ చేసిన మాస్ డ్యాన్స్ మూమెంట్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటాయి'' అన్నారు మేకర్స్.

సరికొత్త ట్రయల్



● 'ది ట్రయల్' పోస్టర్

స్పందన పల్లి, యుగ్ రామ్, వంశీ కోటు ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన చిత్రం 'ది ట్రయల్'. స్మృతీ సాగి, శ్రీనివాస నాయుడు కిల్లాడ నిర్మించిన ఈ చిత్రం ఈ నెల 24న విడుదల కానుంది. ''ఇప్పటివరకు తెలుగు తెరపై చూడని కంప్లీట్ ఇంటరాగేటివ్ కథతో, సరికొత్త సినిమాటిక్ ఎక్స్‌పీరియన్స్‌తో ఈ సినిమా కథనం ఉంటుంది'' అని చిత్ర యూనిట్ పేర్కొంది. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: శరవణ వాసుదేవన్, సహనిర్మాత: సుదర్శన్ రెడ్డి.

మంచి సినిమా అంటున్నారు - నిర్మాత సాయి సుధాకర్



''అలా నిన్ను చేరి' చిత్రానికి ప్రేక్షకుల నుంచి మంచి ఆదరణ లభిస్తోంది. మరీ ముఖ్యంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రేక్షకుల నుంచి ఎక్కువగా స్పందన వస్తోంది. వారంతా ఫస్ట్ హాఫ్‌కి ఎక్కువగా కనెక్ట్ అవుతున్నారు'' అని కొమ్మాలపాటి సాయి సుధాకర్ అన్నారు. దినేష్ తేజ్, హెబ్బా పటేల్, పాయల్ రాధాకృష్ణ ప్రధాన పాత్రల్లో తెరకెక్కిన చిత్రం 'అలా నిన్ను చేరి'. మారేష్ శివన్ దర్శకత్వం వహించారు. కొమ్మాలపాటి శ్రీధర్ సమర్పణలో కొమ్మాలపాటి సాయి సుధాకర్ నిర్మించిన ఈ సినిమా శుక్రవారం విడుదలైంది. ఈ సందర్భంగా కొమ్మాలపాటి సాయి సుధాకర్ మాట్లాడుతూ–''మా సినిమా చూసిన చాలామంది తమ జీవితాన్ని చూసుకున్నట్టుగా ఉందనడం సంతోషం. 'అలా నిన్ను చేరి' నిర్మాతగా మొదటి సినిమా అయినా కథకి అవసరం మేరకు ఖర్చు పెట్టా. సినిమా చూసిన మా నాన్నగారు బాగా తీశారని మెచ్చుకున్నారు. నా తర్వాతి సినిమా కోసం ప్రస్తుతం థ్రిల్లర్ జానర్‌లో ఓ కథ విన్నాను'' అన్నారు.